

Vení te Cuento



Años
Colegio Jesús-María



Colegio Jesús - María
Medellín / edición # 42 - Junio 2018
www.jesuスマriamed.edu.co



MEDELLÍN-ESTADIO

Calle 47D No.77-31 Barrio el Estadio
Comutador. (4) 409 98 00

MEDELLÍN- CASTILLA

Carrera 72 No.95-15 Barrio - Castilla
Teléfono: (4) 320 73 89

MEDELLÍN POPULAR (Comunidad)

Cra. 42C No.118-071 Barrio Popular No.1
Teléfono: (4) 528 61 18

MEDELLÍN- FLORIDA NUEVA

Calle 45F No.77-16 Barrio Velódromo Medellín
Teléfono: (4) 250 79 32

PUERTO LLERAS - META (Comunidad)

Carrera 5 No. 5-49 Barrio El Porvenir
(Puerto Lleras - Meta)
Teléfono: (8) 652 40 94

CIMITARRA (Comunidad)

Carrera 4 No. 4-49 Cimitarra (Santander)
Teléfono: (7) 626 06 39

COMUNIDAD QUITO - ECUADOR

Solanda 1
Calle Bonifacio Aguilar y Domingo Oliva
No. Oe - 4-523-Provincia de Pichincha - Quito
Telefax: 593 226 80 900

**¡ ATRÉVETE
A BUSCAR
TÚ CAMINO !**

**TÚ PUEDES
SONAR
Y HACER PARTE DE
UN MUNDO
• DIFERENTE •**



**TÚ PUEDES
SER RELIGIOSA DE JESÚS - MARÍA**

34099800 e

3217469337 o

Jesús María Colombia v

religiosas@facebook.com f

www.jesusmariacolombia.org

PastoralAvocacional@jesusmariacolombia.org

Vení te Cuento

Revista Institucional

Edición # 42
Junio de 2018

Directora:
Madre María Eugenia Palacio RJM

Comunicadoras
Sandra Viviana Uribe A.
María Fernanda Pérez Ceballos

Diseño y Diagramación
Sandra Viviana Uribe A.

Fotografías
Banco de Imágenes
del Colegio

Contenido

Editorial...	pág 3
Seguridad Escolar ...	pág 4
Nuestro Colegio 60 años...	pag 6 - 13
Actividades...	pág 14-15
Investigación en el JM...	pág 16-17
Convivencia ...	pág 18- 19
Nosotros y el Ambiente...	pág 20- 21
Drogas ...	pág 22-23

A PROPÓSITO DEL RUIDO...

El perfil de la Alumna de Jesús-María, dice en uno de sus apartes que “cultiva el silencio como elemento de crecimiento humano y espiritual”.

El silencio no es sólo ausencia de ruido: es también autoregulación del “locus” interior, es disciplina de la mente y equilibrio y normalización del cuerpo; seis movimientos, gestos, lenguaje corporal...

El silencio es capacidad de callarse, de prestar atención, de no interrumpir, de tener paciencia, de escuchar hasta el final.

El silencio es el cultivo del respeto, que conoce los propios límites y el derecho del otro, de los otros.

El silencio es capacidad de escuchar; de intentar traducir lo que el otro me dice, sin buscar al tiempo la mejor respuesta... El silencio es capaz de preguntar para comprender mejor, para entender la postura, la idea, la verdad del otro.

El silencio permite seguir instrucciones, algunos tan importantes que pueden salvar la vida.

El silencio permite realizar las cosas en el tiempo estipulado, aprovechándolo al máximo. Por eso, también el silencio es acción. Pero acción ordenada con un propósito, en el equilibrio del pensamiento, en la orientación de la creatividad de la innovación.

El silencio produce paz cuando el ser humano quiere desarrollar todas las potencialidades del propio ser. Para eso, es necesario desestimar la prisa, la presión, el estrés... Pacificar las preocupaciones, controlar, orientándolas, las emociones.

El silencio permite escuchar y escucharse; admirar y conocerse, orar, adorar... Callar tiene sentido cuando prepara la mente y el corazón para la escucha, la acogida, la comprensión, el amor, la entrega y el sacrificio.

Dios, sólo habla en el silencio, “en la brisa suave”, en la intimidad... Las grandes obras del señor, casi siempre se realizan en silencio.

El silencio, asumido como posibilidad, es un regalo que no debemos dar en este mundo que enloquece y embrutece con su ruido. “El bien no hace ruido. El ruido, no hace bien”, sentenció un sabio. Finalmente, el silencio es salud: así lo definió un psiquiatra europeo: “la salud es el silencio del cuerpo”.

No tengamos miedo al silencio: ¡él está poblado de posibilidades!



María Eugenia Palacio RJM
Rectora



Seguridad Escolar

Para tener seguridad durante nuestra estadía en el colegio es necesario que:

- ✓ Portemos siempre el carnet de la póliza escolar.
- ✓ Evitemos correr con bombones o dulces en la boca.
- ✓ En los descansos o al finalizar la jornada, salgamos sin correr ni gritar y circulando por la derecha.
- ✓ Mantengamos bien puestos los zapatos y los cordones siempre amarrados.
- ✓ Evitemos jugar en las escaleras. Por ellas bajamos y subimos escalón por escalón **y circulando siempre por la derecha.**
- ✓ No utilicemos escaleras, herramientas, implementos de aseo que son de **uso exclusivo** del personal de mantenimiento.
- ✓ En las salidas pedagógicas, acatemos las instrucciones del docente en cuanto a la seguridad en el desplazamiento, así como las recomendaciones de seguridad del lugar a donde vamos.
- ✓ Si nos desplazamos a pie del colegio a la casa y viceversa, por ningún motivo aceptamos la compañía de personas desconocidas.
- ✓ Evitemos comprar comestibles u otros objetos a personas que se ubican en las afueras del colegio.
- ✓ Cuidemos los elementos del plan de emergencias como la sirena, los extintores, las camillas.
- ✓ En caso de un accidente, conservemos la calma y **acudamos de inmediato a la enfermería escolar.**



Amparo Jaramillo Echeverri
Trabajadora Social
Especialista en Gerencia
en Salud Ocupacional



UNIVERSIDAD CES

Un compromiso con la excelencia

FACULTAD DE MEDICINA



— Ser —
integral — es ser —
médico
CES. —

Médico
CES Hace La
Excelencia



Colegio Jesús-María, 60 años de tradición en formación de calidad



Las Religiosas de Jesús-María hacen presencia en 28 países de América, Asia, Europa y África.

HISTORIA Y FUNDACIÓN CONGREGACIÓN DE RELIGIOSAS DE JESÚS-MARÍA

Claudina Thévenet, fundadora de la congregación, nace en Lyon, Francia, el 30 de marzo de 1774. Tras vivir las duras experiencias de la Revolución Francesa y el fusilamiento de dos de sus hermanos, comprende que lo que el mundo necesita, urgentemente, es descubrir la existencia de un Dios bueno que quiere sin condiciones a los hombres. Esa es su experiencia personal y el legado que le dejaron sus dos hermanos antes de morir: Gladys, "Perdona como nosotros perdonamos". Este momento marca un rumbo decisivo a su vida. Tiene 19 años. Ya antes de terminar la guerra, inicia un apostolado clandestino, defendiendo, junto con otras jóvenes, la fe de Cristo y su mensaje evangélico. No le dejan tampoco indiferente las palabras de sus hermanos.

Claudina responderá a las llamadas que le vienen de estas necesidades. Dedica todo su interés a los niños y los jóvenes que viven abandonados y en la ignorancia religiosa. Un día, acoge a dos huérfanas que le llevó el Padre Andrés Coidre para que las ayudara ya que las encontró abandonadas en el pórtico de la Parroquia de San Nezier.

En ese momento, con la colaboración de compañeras jóvenes, nace una primera Providencia que recibirá el nombre de Providencia del Sagrado Corazón; estamos a finales de 1815. La noche del 5 al 6 de octubre de 1818, Claudina deja a su anciana madre para instalarse definitivamente en una humilde casa, apenas amueblada. Con una obrera, una huérfana y un telar de seda, Claudina acaba de fundar la Congregación de las Religiosas de Jesús-María ... años más tarde, recordando aquella noche en el barrio de pierres planteó, decía:

"Me parecía haberme lanzado a una empresa loca sin ninguna garantía de éxito".



Foto del colegio – 1966

Y la obra se desarrolla y crece bajo la dirección de Claudina. Su principal objetivo es la educación de los niños y de las jóvenes, con una clara preferencia por las más desfavorecidas. Su pedagogía se basa en el amor, en la bondad, en la atención a cada persona y en el espíritu de familia. El 3 de febrero de 1837, un viernes, a las tres de la tarde, muere en la casa de Fourvière. Claudina había tenido una experiencia de Dios, se dio totalmente a Él. Sus últimas palabras: "Qué bueno es Dios" indican el talante de esta gran mujer que se dejó guiar por el Espíritu Santo.

Santa Claudina Thévenet fue Beatificada el 4 de octubre de 1981 y Canonizada el 21 de marzo de 1993. Ambas Ceremonias fueron presididas por el Papa Juan Pablo II en la Plaza de San Pedro.

Una Obra que continúa dando frutos...



Bajo el legado de su fundadora Santa Claudina Thévenet, de "hacer conocer y amar a Jesús y a María", llegaron un 8 de diciembre de 1957 a la ciudad de Medellín, seis religiosas de México y España, con el anhelo profundo de edificar un colegio para la educación y la formación integral de niños y niñas.

El 11 de febrero de 1958 se da inicio al curso escolar en una casa ubicada en el barrio Laureles. Cinco Religiosas en calidad de profesoras, que dictaban cursos de Maternales, Kinder y Pre-Primaria; para este momento la casa contaba con 50 alumnos entre niños y niñas. Tres meses más tarde se comenzó la construcción del Colegio Jesús-María en la Calle 47 D N° 77-31, Sector Estadio.



60 años atrás...

La madre Rosario Montes y Castillo RJM, una de las fundadoras recuerda con alegría sus primeros momentos en tierra colombiana...

"Yo acababa de terminar mi Juniorado en el paso Texas, cuando un día la Madre Provincial me dijo que había pensado que yo podía venir a Colombia a trabajar. Y tengo que confesar que yo siempre tuve como ese sentimiento de ser misionera, yo era muy joven, tenía 19 años, y pensé, ¡ay qué rico!, voy a ir a trabajar a un lugar como misionera. Y viajé el 12 de agosto de 1959.

... En el Colegio solamente estaba construida la parte de la recepción y los tres pisos de arriba, pero todo en obra negra".

¡Anécdotas!

"Al llegar al Colegio algo me llamó mucho la atención, vi una vaca y exclamé: ¡ay Dios mío, una vaca!, y la Madre Dulce María; que era la superiora, me dice: ¿y qué tiene que ver una vaca?, y digo: ¡ay Madre, yo nunca había visto una vaca en el patio de un colegio. ¡Imaginen las risas!

Para ese entonces, el Colegio carecía de una infraestructura adecuada y con estilo. "El patio que hoy tenemos multicolor era una manga. También teníamos una huerta y sembrábamos legumbres".

Así relata la Madre Lucia Álvarez, quien ingresó a la Comunidad en el año 1961. Cuenta que las religiosas de aquella época debían hacer grandes sacrificios porque el espacio era muy limitado, lo que dificultaba llevar a cabo la labor educativa.

La Madre Rosario, recuerda que en una ocasión, "sonó la campana y era media noche. -La campana era una campana grande que se encontraba subiendo las escaleras en el segundo piso en una columna- (aún se encuentra ubicada allí), al oirla salimos todas en pijama y con la levantadora puesta a ver qué pasaba, y se estaba incendiando el sitio donde guardaban el material. Recuerdo que la Madre Inmaculada (Mercedes Peón), manejaba y cogió la "arrierita" y la sacó para que no se incendiara y la salvó".

Formando mujeres de Fe, Felices

Cultivar la fe y los valores cristianos y evangélicos que constituyen un fundamento necesario e insustituible en la formación integral de las alumnas, en relación con las demás áreas del conocimiento, ha sido desde siempre una de las prioridades del Colegio. Es por esto que desde que inició se ha proporcionado el Sacramento de la Primera Comunión a las niñas del grado segundo; además, el área de Pastoral ha apoyado la realización de diferentes actividades como el tradicional Rosario y Viacrucis Viviente; las Eucaristías de cada día; el día de Santa Claudina, entre otras. Todas éstas, encaminadas al fortalecimiento de valores como la solidaridad, la alegría, el amor, el perdón, la fe, entre otros valores institucionales.

María Adelaida Cerezo, egresada del Colegio en el año 1985 y actualmente docente de preescolar, recuerda que una de sus actividades favoritas realizadas por el área de pastoral era la Canción Mariana porque ella tocaba la guitarra y cantaba:



"era una actividad que realizábamos entre los dos grupos, y quienes teníamos ciertas aptitudes artísticas, escribíamos la canción y hacíamos la composición musical. En aquella época el único instrumento con el que contábamos era la guitarra"

"Recuerdo también que la ceremonia de Primera Comunión fue muy hermosa; en ese entonces no la hacíamos en el Colegio, sino en la Parroquia de Lourdes, con la túnica blanca como lo

hacían ahora, la coronita y las sandalias blancas. Nos preparaban por las tardes y no veíamos la hora de llegar a segundo de primaria para recibir este sacramento".

Después de 33 años, María Adelaida dice con orgullo que la mejor decisión que tomó en la vida fue ingresar a su hija a estudiar al mismo colegio que ella, porque sabía con certeza que recibiría una educación integral y se formaría como una persona llena de valores y excelentes capacidades intelectuales.

Con calidad académica

Para el Colegio, brindar una formación con calidad académica ha sido uno de sus principales objetivos, así como reza su misión; sin dejar de lado la formación en los valores legados por Santa Claudina Thévenet, fundadora de la Congregación. Estos valores complementan un proceso formativo integral e imprimen en cada una de las niñas el sello diferenciador de Jesús-María.

La madre María Eugenia Palacio, rectora del Colegio, agrega que "el Colegio Jesús-María, desde su inicio en 1958 ha tenido muy claro qué tipo de educación quiere brindar a sus alumnas, cómo y desde qué ámbitos.

Santa Claudina tuvo una experiencia profunda de la bondad de Dios, en medio de un mundo lleno de odios, de venganza y destrucción, tal como ella lo vivió después de la revolución francesa. Con una experiencia semejante sería difícil hablar de equilibrio emocional, afectivo y social; sin embargo, ella lo tuvo y lo procuró para sus niñas, porque confiaba profundamente en la capacidad de cambio que tenemos los seres humanos iluminados por la gracia de Dios, y ella que tenía un corazón tan grande, lleno de bondad y tan maternal, pudo trasmisir eso a sus religiosas y hacer que todo ese estilo pedagógico perviviera".

La Madre María Eugenia asegura: "Creo que la visión misión desde la perspectiva de los valores, desde la metodología y la pedagogía de Santa Claudina Thévenet han dado una orientación siempre muy clara no sólo aquí en Colombia sino en cualquier parte del mundo, porque todos los colegios de Jesús-María tienen una alta formación académica y es por el tipo de educación, su metodología y una pedagogía del corazón que concibe la persona como un ser integral y que le da importancia a la parte académica, pero que, ante todo, queremos seres humanos entrañables, invaluables y maravillosos".

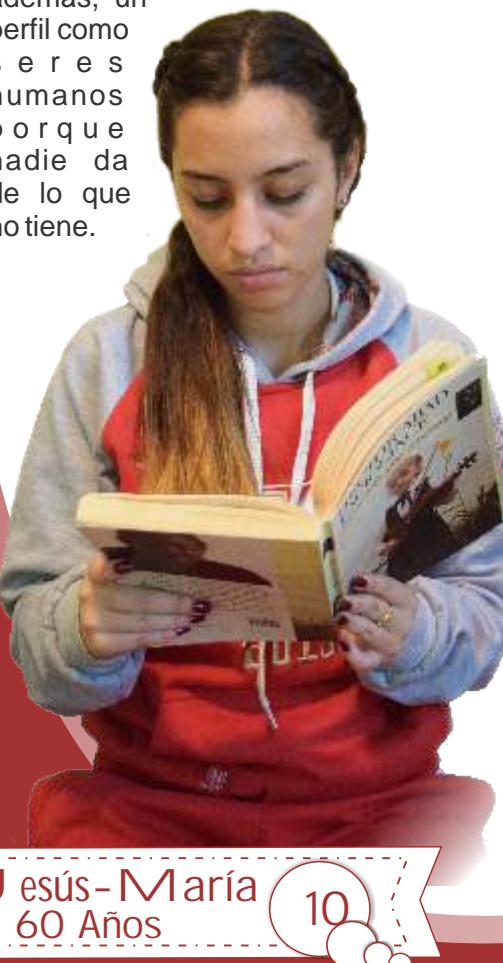
Además la Madre dice que, "desde el inicio tanto las religiosas que han estado en contacto con las niñas como los maestros que hemos elegido, han tenido un perfil con una connotación muy específica de preparación, de títulos, de experiencia, pero además, un perfil como seres humanos porque nadie da de lo que no tiene.



Lo más importante no es que se sepa mucho, sino que sea mucho; que el maestro pueda ser un modelo, un patrón, un buen ejemplo a seguir, que entusiasme a las niñas, que inspire respeto pero también confianza, que escuche, que sea cercano, que eduque desde lo más hermoso que es el respeto y la consideración al otro como un ser único e irrepetible".

Otros aspectos que la Rectora considera fundamentales en el proceso académico son la enseñanza de la lengua materna, la lógico matemática, la expresión oral y el desarrollo de la creatividad. Adicional a esto, señala que también las familias juegan un papel muy importante dentro del proceso formativo de la alumna, teniendo en cuenta que son estas las que eligen el Colegio, buscando encontrar en él un complemento ideal que permita fomentar en sus hijas todas estas dimensiones.

La excelencia, cuestión de responsabilidad y disciplina



Ana Sofía Tavera, lleva 13 años en el Colegio y actualmente cursa el grado 11º. Para ella el Colegio es su segundo hogar, siempre se ha sentido acogida por las religiosas, docentes y sus compañeras.

Ana, dice que interesarse por aprender cosas nuevas, además de ser responsable y disciplinada, son aspectos fundamentales para alcanzar un buen desempeño académico. Adicional a esto, afirma que su familia es una de las principales razones para ser una alumna sobresaliente, pues de esta manera ella busca retribuirles a ellos todo el esfuerzo que hacen a través de su único deber que es el estudio.

La exigencia, las metodologías utilizadas por el colegio y la calidad profesional de los docentes han ayudado a que su proceso de aprendizaje sea dinámico, fácil y motivador.

La meta de esta excelente alumna es estudiar ingeniería biomédica, área que reúne parte de las matemáticas y de la ciencia, con el sueño de poder ayudar a la comunidad a través de la creación de prótesis y proyectos de investigación que puedan estar al servicio de los demás.

Ana se gradúa este año y quiere que las niñas que continúan en el proceso académico puedan disfrutar del estudio como ella; para lograr esto afirma que “lo más importante es la responsabilidad y la disciplina, sobretodo prestar atención en clase”.

Manuela García, es otra de nuestras alumnas que se destaca académicamente. Cursa el grado noveno y lleva 12 años en el Colegio, en el que se siente muy bien y el que la hace sentir identificada. Admira la disposición de todo el personal para atender a las necesidades de las alumnas, “en lo que necesites ellos te escuchan, te ayudan, entonces siento que tengo un lugar”.

Así como Ana Sofía, Manuela también asegura que su mayor motivación para tener un buen desempeño en el Colegio ha sido su familia, y esta es una manera de corresponder al esfuerzo que hacen sus padres. Además, dice que se siente muy bien cuando ve que sobresale en áreas para las que no sabía que tenía aptitudes.

Manuela espera en un futuro convertirse en una gran directora de cine y sueña algún día poder ganarse un Óscar, máximo galardón que se otorga en este gremio.



Personal con calidad al servicio de Jesús-María

Josefina Gómez de Jaramillo
Responsable de Pastoral y jefe de área de Religión.

“Jose”, como todos le dicen, lleva 43 años en el Colegio, dice que siempre se ha sentido feliz y muy acogida principalmente por las religiosas, “para mí el ingreso al Colegio ha sido providencial, es la segunda casa, el hecho de haber conocido a Santa Claudina y estar dentro de su carisma ha sido maravilloso porque yo me siento super contemplada por ella, ella no me deja a mí para nada”.

“Jose”, no sólo se ha sentido apoyada en sus labores dentro del Colegio, sino que ha acudido a las religiosas cuando ha tenido dificultades personales, lo que la hace sentirse parte de la familia Jesús-María.

A través de estos años el Colegio Jesús-María ha aportado mucho en su desarrollo profesional y personal.

“el Colegio ha sido toda una escuela para mí, de un crecimiento a todo nivel, además se interesa mucho porque estemos bien y nos sintamos bien en la Institución”.

Otro aspecto que resalta Josefina, es el interés del Colegio por el bienestar y el acompañamiento para cada niña tanto académicamente como a nivel personal contando siempre con el apoyo de las familias.

Para “Jose” los cambios que ha tenido el Colegio a lo largo de estos años han sido muy positivos, le llenan de orgullo y aunque reconoce que ha sido difícil asimilar y adaptarse a algunos de ellos, como a los tecnológicos, entiende que hace parte de una evolución y un crecimiento, al que ella describe como “maravilloso”, y es que a pesar de que Josefina no es nativa digital está a la vanguardia de la tecnología como cualquiera de esta generación.

Alicia María González Ávalos Psicóloga Colegio Jesús-María

Desde el 6 de febrero de 1995, Alicia María ejerce su profesión en el Colegio, con alegría y orgullo dice que lleva 23 “felices años” trabajando en esta Institución a la que ama con todo su corazón y que describe como su segundo hogar.

Recuerda con nostalgia ese seis de febrero, día en que ingresó al Colegio después de tener una breve entrevista con la Madre Lucia Álvarez, rectora en ese entonces. Narra que sintió mucha felicidad porque sabía de la trayectoria y el prestigio que tenía la Institución en Medellín, lo que supuso para ella un reto porque apenas tenía un año de experiencia laboral en el sector educativo.

Desde ese día y hasta hoy Alicia refleja y transmite ese sentido de pertenencia y cariño por el Colegio. Quienes tienen la oportunidad de hablar con ella pueden percibir en sus palabras el amor y el orgullo que le inspira ser parte de la familia Jesús-María.

Alicia dice que todos los días comienza su trabajo con la misma ilusión que el primer día y además agrega que le encanta trabajar con la juventud “porque uno siempre se siente joven con ellas, las alumnas de acá son especiales, ellas en todo lado sobresalen. Cuando salen de acá como exalumnas la gente las identifica como niñas juiciosas, responsables, inteligentes, creativas, llenas de valores; yo pienso que todos los que trabajamos en el Colegio tenemos que tener muchos de esos valores, virtudes y cualidades para podérselos transmitir a las niñas en su formación”.

Durante estos 60 años el Colegio ha estado brindándole a la sociedad las mujeres que necesitamos para transformarla y formar hogares hermosos y estables”.

Líderes en los procesos de mejoramiento y transformación de la sociedad



Fotos tomadas de la página www.unserfeliz.org

A través de estos 60 años el Colegio ha fomentado en las alumnas una conciencia del mundo y sus necesidades, haciendo de ellas mujeres líderes transformadoras de la sociedad.

Alina Moreno, egresada del Colegio en el año 1978, estudió Trabajo Social y actualmente es Directora de la Corporación “Un Ser Feliz”, fundada por ella y otras dos personas hace 23 años.

Alina, cuenta que su paso por el Colegio Jesús-María fue determinante para elegir su profesión y fue en este lugar, donde descubrió que su vocación era el servicio y el amor por las personas más necesitadas; recuerda que las actividades realizadas desde el SAS (Secretariado de Acción Social) cultivaron valores que hacen de ella una persona integral.



Foto tomada de la página www.unserfelz.org

Fue así como nació la idea de crear una corporación, sin mucho dinero pero con muchas ganas de dar y ayudar a jóvenes de escasos recursos con discapacidad cognitiva leve, para que fueran felices y desarrollaran habilidades cognitivas, lógico matemáticas, sociales; entre otras, que les permitieran ser personas más autónomas y productivas para la sociedad.

Durante estos 23 años la Corporación “Un ser feliz”, trabaja en la producción y elaboración de papel artesanal, “hecho por manos especiales”. Esta actividad que involucra a los 45 alumnos que conforman actualmente la Corporación y algunos padres de familia, no sólo ayuda a su sostenimiento, sino que genera beneficios económicos para los que intervienen en esta labor.

Consciente de la importancia de seguir construyendo sociedad, Alina expresó... “Invito a las alumnas de Jesús-María, a que cada una desde sí mismas y desde su entorno hagan una transformación; no se trata de esperar a que desde los altos niveles esto suceda, al contrario, nosotros mismos y desde nuestras familias podemos hacer un cambio en la sociedad”.

Y seguiremos caminando en la Línea del Más



Son muchas las personas que hacen del Colegio Jesús-María un lugar para aprender y crecer en valores, pues no sólo las alumnas aprenden, sino también sus empleados, profesores y padres de familia quienes encuentran en éste un sitio rodeado de belleza, calor humano y sobre todo lleno de Dios.

Para el Colegio Jesús-María estar siempre a la vanguardia y visionar estrategias que permitan fortalecer el proceso educativo, además de contar con las herramientas, el recurso humano calificado y promover una educación integral, formando mujeres de fe, felices con calidad académica y líderes en los procesos de trasformación de la sociedad, será siempre la mejor manera de caminar en la Línea del Más.



Sandra V. Uribe A.
Comunicadora JM



María Fernanda Pérez C.
Aux. Comunicaciones JM

Posesión de Gobierno Escolar



En febrero se llevaron a cabo las elecciones de personera y personerita, y la posesión del Gobierno Escolar, dando así cumplimiento a las directrices Gubernamentales y promoviendo en las alumnas una conciencia de la democracia.

Día de la Mujer



Durante este día el personal docente masculino hizo un homenaje a la mujer con una serenata y un video que resaltó su importancia en la sociedad.

Inauguración de Interclases



El pasado mes febrero realizamos en nuestro Colegio los juegos interclases, actividad que busca promover en las alumnas estilos de vida saludable y una sana convivencia.

Viacrucis Viviente



Esta actividad se llevó a cabo con las alumnas y personal del Colegio para hacer un proceso de reflexión y motivación a la Semana Santa.

Semana del Idioma



Una semana para disfrutar de la riqueza de nuestro idioma a través de diferentes actividades que promueven también el amor por la lectura.

Aprender es una Fiesta



Este día el Colegio recibe a las pequeñas con una fiesta donde se promueve el aprendizaje a través del juego y la diversión.

Inicio de Cuaresma



El Miércoles de ceniza celebramos el inicio de la Cuaresma como preparación a la Semana Santa.

Bienvenida Alumnas Primaria y Bachillerato



Regreso a clases de las alumnas de primaria y bachillerato, además este día las alumnas del grado once celebran su último año en el Colegio.

Día de Santa Claudina



Este día se realizaron actividades con las alumnas encaminadas al reencuentro consigo mismas, a la vez que introyectaron los pensamientos de Santa Claudina y su pedagogía.

Cumpleaños del Colegio



Este año nuestro colegio celebra sus 60 años y comenzamos con una hermosa ceremonia religiosa, seguida de la presentación de la Red de Escuelas de Música de Medellín.

En el JM nos gusta Investigar



La mente que se abre a una nueva idea,
jamás volverá a su tamaño original



Albert Einstein

Desde los griegos, el conocimiento se ha construido a partir de la curiosidad, es por esta razón que en el Colegio Jesús-María hemos descubierto que nuestras niñas son curiosas por naturaleza y nosotros los maestros queremos explotar el potencial de la curiosidad inherente a su ser, encaminándolas por un maravilloso mundo llamado INVESTIGACIÓN, de esta manera queremos que nuestras estudiantes abarquen temas de interés, que las apasionen y así poder ir más allá de las realidades que a diario nos circundan, para poder ratificar que somos un verdadero misterio, un universo por descubrir.

El Colegio ha estructurado estrategias que buscan potenciar la investigación en varios niveles, en primera instancia y como base contamos con la conformación de un semillero de investigación llamado **INCREA**, aquí queremos generar un espacio de inducción y apertura, donde la capacidad de indagar, de cuestionarse y de descubrir de nuestras estudiantes se desarrolle a partir de actividades desencadenantes.

Toda investigación que se quiera adelantar parte de una pregunta problematizadora, generada por las mismas estudiantes, las preguntas nacen de las diferentes actividades que se desarrollan en secciones especiales durante la jornada académica.

Este año, el Colegio Jesús-María ha dado un paso importante en el campo investigativo ya que logra ser miembro activo de la Fundación **RedColsi** (Red de semilleros de investigación de Colombia), esta es una organización no gubernamental, que expresa el movimiento científico con una cobertura nacional, es integrado por estudiantes de educación superior y actualmente por tres colegios entre ellos el Colegio Jesús-María. Esta fundación en la actualidad se posiciona como el movimiento de semilleros de investigación más grande de latinoamerica, y realiza el Encuentro Nacional e Internacional de ciencias, innovación, desarrollo y emprendimiento más grande de Colombia.

Actualmente nuestro Colegio participó en el encuentro regional que se llevó a cabo en la Universidad de Envigado los días 9,10 y 11 de mayo, en este encuentro se presentaron tres proyectos: **CLEAN AIR, CONPAZ CATEDRA DE LA PAZ** y **MIST CATCHER**, los resultados de éste serán dados en el mes de julio.



Otro escenario promovido por el colegio y de suma importancia en el potenciamiento del programa es la interacción con las universidades y la participación en los diferentes escenarios locales y nacionales, un ejemplo de esto es el grupo de niñas que pertenece a “La Universidad de los niños”, quienes son asesorados por la Universidad Eafit, ellas han venido trabajando en preguntas de investigación concernientes a la realidad e interés infantil, como por ejemplo: ¿De dónde proviene el olor de las flores?

Para garantizar el buen desarrollo de los proyectos, las alumnas cuentan con el acompañamiento y asesoría de los siguientes docentes: **Nancy Loaiza, Angélica María Cardona, Claudia Patricia Sánchez, Diana Marcela Carrillo, Leidy Magaly Zuluaga, Kelly Peraza y Verónica Toro** y el apoyo de diferentes docentes según sea el área de interés, quienes han sido un pilar fundamental en el buen desarrollo de estas propuestas.

Finalmente agradecemos a la **Madre María Eugenia Palacio** quien nos ha brindado un apoyo incondicional en este proceso, al igual que a los administrativos, docentes y padres de familia implicados en el proceso. Queremos también invitarlos a ser parte de este gran equipo y poder así seguir fortaleciendo esta grandiosa labor.



Verónica Toro Rendón
Docente
Ciencias Naturales

Convivencia...

¿Qué es eso que tanto nos repiten
pero que muchas veces no sabemos aplicar?

Los conflictos son situaciones naturales y necesarias que vivimos los seres humanos, los cuales nos pueden llevar a un crecimiento personal o por el contrario, si no les damos un manejo constructivo, nos pueden llevar a quedarnos estancados en rencores, frustraciones y generarnos un daño en nuestra salud mental y física.

En la actualidad hay personas que utilizan las redes sociales para abordar conflictos que tienen con familiares, amigos, conocidos, o las utilizan para opinar o tomar posición frente a situaciones que no tienen que ver directamente con ellos, lo cual genera que la mayoría de las veces no se brinde la debida solución a estos problemas, sino que por el contrario, esto ocasiona que se salgan de control y lleguen a un punto casi inmanejable. A esta realidad hay que sumarle otros elementos, que incluso se presentan en la interacción que tenemos cara a cara con los demás, como que al momento de abordar un conflicto, olvidamos ponernos en el lugar del otro, la poca capacidad de escucha y una mala costumbre de considerarnos sólo sujetos de derechos olvidando que también somos sujetos de deberes; sujetos con el deber de respetar a quienes nos rodean.

Si bien esto nos muestra un panorama preocupante, la tarea no es sólo identificar las dificultades que tenemos y quedarnos en la preocupación, sino dar un paso a las soluciones, esto se logra viendo el conflicto como una oportunidad de aprendizaje que nos permita llegar a una convivencia pacífica, pero ¿cómo se logra esta convivencia?

Para empezar podemos trabajar los siguientes elementos:

-Conocernos a nosotros mismos, conocer nuestras reacciones ante un conflicto y aprender a manejarlas o buscar un mediador que nos escuche, nos ayude a controlar las emociones y nos oriente a dar soluciones ante la situación.

-Ponernos en el lugar del otro; preguntarnos ¿Por qué reaccionó de esa forma? ¿Algo de lo que hice generó esa reacción? ¿Tiene una situación a nivel personal que lo está afectando y por eso tuvo dicha reacción conmigo?

Pensar en soluciones que lleven a ambas partes a tener una ganancia, reconociendo cada uno sus errores, disculparse y plantear estrategias de solución.

¿He tenido conflictos constantemente en todos estos ámbitos? ¿Dichos conflictos se han generado por reacciones inadecuadas mías? ¿Se han generado por palabras que he dicho sin medir las consecuencias? ¿He contribuido para que dicho conflicto se solucione o para que aumente?





Si eres madre o padre de familia recuerda partir siempre desde el ejemplo: de cómo resuelves los conflictos con tu esposo o esposa, con los hijos, con la familia, en la calle, cuando vas manejando. Evita solucionar los conflictos de tu hija, opta por darle herramientas para que aprenda a solucionarlos por sí misma, permite que viva las situaciones en este instante, ya que le pueden generar un mayor aprendizaje que si las vive en otros momentos futuros.

Enséñale a buscar varias alternativas de solución. Además de esto, posibilita espacios diferentes al colegio para que tu hija interactúe con otras niñas y niños, esto con tu debida supervisión, pero lo más importante, dale confianza para que te exprese siempre lo que le ocurre y así puedas tener la oportunidad de orientarla cuando lo requiera.

Volvamos a utilizar notas, palabras bonitas. Usa las redes sociales para hacer comentarios positivos, para felicitar, para desear un lindo día. Establece una norma para ti: "siempre voy a usar las redes sociales de forma respetuosa y nunca voy a hacer daño a otro con comentarios negativos". Recuerda trabajar también los tres filtros al momento de decir algo a quienes te rodean:

- “¿Estoy completamente seguro que lo que voy a decir es verdad?

- ¿La información es buena o tiene un contenido positivo?

- ¿Lo que le vas a decir a la otra persona va a ser de utilidad?”

Si la respuesta a una de esas preguntas es “No”, lo más adecuado es que evites transmitir dicha información.

Una convivencia pacífica se determina a partir de lo que decimos y de nuestras acciones, así que establezcamos un compromiso para nuestra vida personal, de fomentar día a día unas buenas relaciones con quienes nos rodean, logremos eso que tanto nos repiten y no sabemos aplicar, aprovechando que tenemos las herramientas en nuestras manos.

Paula Andrea Restrepo
Psicóloga Primaria
y Coordinadora Convivencia
Bachillerato



NOSOTROS Y

Las últimas noticias no son alentadoras. Cada vez que vemos informes bien sea impresos, televisivos o en las redes sociales, nos damos cuenta como cada día recibimos alertas de lo que nos viene sucediendo en Colombia y en el mundo entero.

Estas noticias contrastan cuando, en algunas ocasiones, me levanto y veo en la ventana la maravilla de regalo que Dios nos ha otorgado, un sol brillante, flores hermosas, arco iris, en fin algo que en realidad me llena el alma.

Claro, en otras ocasiones veo unas nubes y una atmósfera enrarecida, llena de contaminación. Es entonces cuando reflexiono y me digo, esto es obra de los seres humanos que no hemos logrado valorar lo hermoso de lo que nos rodea y el gran regalo de la Creación.

Pueden existir miles de recomendaciones y consejos que pretenden mejorar lo que viene sucediendo hace ya bastante tiempo: bombillos ahorradores, utilizar la lavadora sólo una vez a la semana, utilizar el carro lo menos posible, caminar, montar en bicicleta, combustibles limpios, menos plásticos, reutilizar, reciclar, compartir, etc. Todo esto ayuda, pero creo que el gran problema que tenemos es la falta de conciencia, que no nos permite aceptar con humildad, que nos venimos equivocando en el uso de los recursos.

Debemos abandonar ese ego gigantesco, tener conciencia respecto a nuestro entorno, es decir, tener un conocimiento claro y real de éste; la educación ambiental debe ser un proceso formativo mediante el cual se busque que el individuo y la colectividad tomen conciencia de las formas de interacción entre la sociedad y la naturaleza para que actúen de manera íntegra y racional con su medio,

lo cual sólo es posible a través de mecanismos masivos de comunicación.

No nos sigamos engañando o pensando que el problema no es de nosotros, que la solución la tienen los presidentes de las grandes naciones, nosotros somos parte del problema y por lo tanto debemos ser parte de la solución, recordemos que el que otros no nos vean cometiendo una falta como la simple acción de arrojar un papel, una basura, un chicle, maltratar un animal u otra persona, no convierte la falta en menos grave, no nos dejemos envolver en el consumismo y amemos el regalo de la creación de Dios.

Es por ello que en el Colegio se vienen desarrollando unas campañas que buscan mejorar el entorno a corto, mediano y largo plazo, además de crear una conciencia de conservación y cuidado. Campañas como el salón más limpio, la disminución del uso de bolsas, el uso racional de los recursos, la celebración de días como el día mundial del medio ambiente (5 de junio), reutilizar hojas, algunos proyectos de investigación, son muestras de la preocupación que se tiene del problema que nos aqueja a todos.

EL AMBIENTE

Sin embargo, lo más importante que se debe tener siempre presente es el AMOR, el amor propio, el amor por el otro, el amor por la naturaleza, quien tiene amor cuida y busca siempre el bienestar de todos y ello implica buscar las mejores soluciones, el dialogo y la conservación.

Definición de AMOR del diccionario Encyclopédico Larousse: "afecto por el cual el ánimo busca el bien verdadero o imaginado y apetece gozarlo".

Disfrutemos entonces del regalo maravilloso que es el planeta tierra, pero siempre y en cada acto, con AMOR.



Nancy Loaiza M.
Jefe de Área
Ciencias Naturales
Docente de Química



DROGAS

Un peligro inminente ... (Continuación) edición # 41 pág...26

Si se realizan comparaciones entre fumadores activos y pasivos, los fumadores tienen tasas de mortalidad 70 veces más altas y las principales causas de muerte en los fumadores son la enfermedad coronaria y el cáncer de pulmón. Los fumadores tienen mayores tasas de discapacidad debido a enfermedades crónicas como enfisemas y faltan más al trabajo que los no fumadores.

Otras consecuencias del humo producido por tabaco: La sangre circula hasta el cerebro y con ella la nicotina que en muy pocos segundos alcanza el sistema central, las neuronas se activan al tener contacto con esta sustancia, dando como resultado la sensación de ansiedad que se produce en los fumadores, igualmente logra atravesar el filtro, baja a través de la faringe hasta los pulmones disminuyendo la capacidad aeróbica y es absorbida rápidamente por la sangre a través de los alvéolos. La nicotina daña sus tejidos y aumenta el riesgo de un accidente coronario. Además es mezclada con la sangre oxigenada que llega al corazón y es bombeada a todo el organismo, por eso genera deterioro generalizado y los estados de salud del fumador son más afectados que de los no consumidores de tabaco.

Alcohol:

Igualmente el alcohol es una de las sustancias socialmente aceptadas y no percibidas como un problema de adicción, "como sucede con el tabaco, se encuentra que también es característico en el aumento de accidentes de trabajo y ausentismo laboral, además de que el consumo prolongado de alcohol aumenta la probabilidad de:

- Sangrado del esófago (el conducto que conecta la garganta con el estómago) o del estómago.
- Inflamación y daños en el páncreas. El páncreas produce sustancias que el cuerpo necesita para funcionar bien.
- Daño al hígado. Cuando es grave, a menudo lleva a la muerte.
- Cáncer de esófago, hígado, colon, cabeza y cuello, mamas y otras áreas.

Incluso el consumo responsable puede conducir a hipertensión arterial en algunas personas y en caso de ya padecerla, el consumo de alcohol puede hacer más difícil el control con medicamentos, lo cual luego puede provocar que el corazón se debilite y resulte agrandado.

El alcohol puede afectar la capacidad de razonamiento y juicio crítico cada vez que se bebe, su abuso ataca las neuronas del cerebro provocando un daño permanente a la memoria, en la capacidad de raciocinio y por ende en el comportamiento.

Por otra parte esta adicción deteriora los nervios causando entumecimiento o sensación dolorosa de "hormigueo" en brazos o piernas, escapes de orina que impide la eliminación eficaz de sustancias tóxicas en el cuerpo o dificultad para empezar a orinar; durante el embarazo puede causarle

daño al bebé en crecimiento. Se pueden presentar graves defectos de nacimiento o el síndrome de alcoholismo fetal (en el cuál el niño o niña nace dependiente de las sustancias que contiene).⁶

Drogas psicoactivas:

Este es el ítem que más ha preocupado a la sociedad durante varias décadas en lo que al tema se refiere, incluso hay reportes de reuniones para tratarlo desde 1906, su uso es considerado uno de los principales causantes de desempleo e indigencia, esta comprende desde sustancias prohibidas por la ley hasta otras de uso medicinal o incluso uso diario en algunas actividades laborales, por tanto creemos que es importante hacer una socialización de cuáles son las principales drogas que se consumen en la actualidad y cuáles son sus efectos en el cuerpo humano:

- **Tranquilizantes:** Son medicamentos depresores del sistema nervioso central, pueden producir sueño, desinterés, afectan el Sistema Límbico y el hipotálamo, la interrupción del consumo puede producir insomnio, temblores, delirios y convulsiones. Algunos son: Librium, Nobrium, Diazepam, Quait.
- **Barbitúricos:** Son medicamentos depresores del sistema nervioso central, sirven como antiepilepticos, anestésicos y sedantes, producen muchos cambios en el carácter de la persona, falta de coordinación motora, desórdenes en el razonamiento, afectan el bulbo raquídeo, como en el caso de los tranquilizantes menores, la interrupción repentina del consumo...

6. <https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/patientinstructions/000494.htm>. Consultado en Junio 23 de 2016.



puede producir temblores, delirios y convulsiones, son conocidos en las calles como “diablo rojo”, “arco iris”, “cielo azul”. Algunos son: Seconal, Fenobarbital, Tuinal, Nembutal.

• **Opió**: Depresor del sistema nervioso central, es el jugo o sustancia base de origen natural de la Papaver Somniferum Album conocida como amapola, produce sueño, cambio de humor, dificultad de concentración, dependencia física y psicológica, crisis de abstinencia, afecta el sistema cardíaco, vascular y gastrointestinal. La interrupción del consumo puede producir vómitos, mareos y convulsiones.

• **Morfina**: Es el principal alcaloide del opio, es depresor del sistema nervioso central, produce sueño, disminuye las sensaciones de dolor y es recetado a pacientes que sufren de dolores crónicos, afecta el hígado y el sistema cardiovascular y gastrointestinal, el humor o genio es muy variable, la dificultad para concentrarse es muy notoria.

• **Heroína**: Derivado de la morfina, produce un “flash” muy caliente que progresivamente recorre todo el cuerpo con sensaciones lumbares y abdominales, después vienes los efectos tranquilizantes, analgésicos y algo de euforia, la suspensión produce temblores, rinorrea⁷, diarrea, escalofríos, depresión e insomnio.

• **Inhalantes**: Depresores del sistema nervioso central, por lo general son productos sintéticos derivados del petróleo, normalmente son los más utilizados por los niños o indigentes, algunos efectos: embriaguez, pérdida del apetito, cansancio muscular, tos, hemorragia, trastornos en la percepción. A largo plazo pueden causar hepatitis y lesiones cerebrales, origina dependencia física, psíquica y crisis de abstinencia. Algunos son: thinner, gasolina, pegantes, quita manchas y pinturas.

7. Flujo de líquido constante por la nariz.

8. <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortalICBF/macroproyecto/s/apoyo/soporte/pdf>. Consultado en Junio 20 de 2016

• **Cannabis**: planta de la cual se deriva la marihuana, algunos efectos: puede ser estimulante, sedativo o un alucinante, en los hombres la cantidad y calidad de los espermatozoides se ven afectadas y en las mujeres son frecuentes los problemas menstruales.

• **Anfetaminas**: estimulante del sistema nervioso central, aceleran los ritmos cardio-respiratorios, disminuyen el apetito, causan mareos, ansiedad, sudoraciones abundantes, el consumo crónico puede causar alucinaciones y delirios de persecución. Algunos nombres: benzedrina, dexedrina y bifetamina.

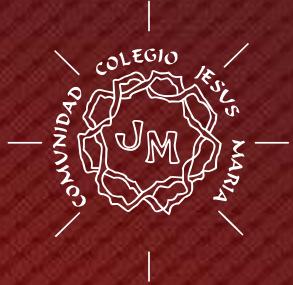
• **Cocaina**: estimulante del sistema nervioso central, aumento del ritmo cardíaco y respiratorio genera ansiedad, agitación, convulsiones y cuando su uso es crónico pueden aparecer ideas persecutorias y agresividad.

• **Éxtasis**: estimulante del sistema nervioso central, produce euforia y agitación, sensación de autoestima aumentada, estados de alerta y vigilancia constantes, agresividad, aumento de apetito, insomnio, incremento de la tensión arterial, deshidratación, sudoración⁸.

Después de ver esta información no podemos olvidar bajo ninguna circunstancia el hecho de que el ser humano es indiscutiblemente un ente social por tanto es de suma importancia anotar que el entorno de una persona puede ser determinante en la decisión primaria de empezar o no a experimentar con el uso de las drogas, el alcohol y el tabaco, entender la necesidades y las circunstancias emocionales de los jóvenes es vital para tener una política de prevención eficaz. En muchos casos el consumo se da en respuesta a entornos familiares complejos, donde el o la joven, el niño o la niña está expuesto a la violencia y a necesidades básicas insatisfechas, sin embargo no siempre es así, el desconocimiento y las ganas de experimentar son complementos fundamentales en este tipo de decisiones, en la niñez y en la adolescencia la persona percibe una gran necesidad de encajar en su medio, de ser considerado miembro de un grupo social y ser respetado y querido dentro de él, esto lleva a que si se conjugan algunas circunstancias, ante la ya mencionada necesidad la persona tome la decisión de experimentar si es que un amigo, compañero o pareja le ofrece alguna de estas sustancias incluso en algunos casos sin tener que ejercer mucha presión, la vigilancia bien entendida y sin excesos por parte de los padres y familiares es fundamental cuando se habla de prevención ya que estos son los llamados a instruir al menor, a brindarle el conocimiento y la seguridad ante este tipo de tentaciones, es importante darse a la tarea de explicar sin tapujos los efectos que trae para el cuerpo el uso de las drogas, la ingesta excesiva de alcohol y el consumo de tabaco.

Queremos que este pequeño artículo sirva como llamado de atención a los padres, a las y los jóvenes que tengan la oportunidad de leerlo para que tomen conciencia de que la cuestión de las sustancias adictivas no es un juego de niños, es un tema que reviste gravedad, que exige vigilancia y esfuerzo y que puede encontrarse cerca de todo hogar o grupo social en donde la prevención y el conocimiento son fundamentales para evitar cualquier tipo de interacción con este peligroso mundo.

Ana Milena Prada Giraldo.
Alumna 7ºA



Religiosas de Jesús-María



En camino con Claudina
1818-2018



Colegio Jesús-María
Calle 47 D # 77 - 31 - Velódromo, Estadio
www.jesuスマriamed.edu.co
info@jesuスマriamed.edu.co